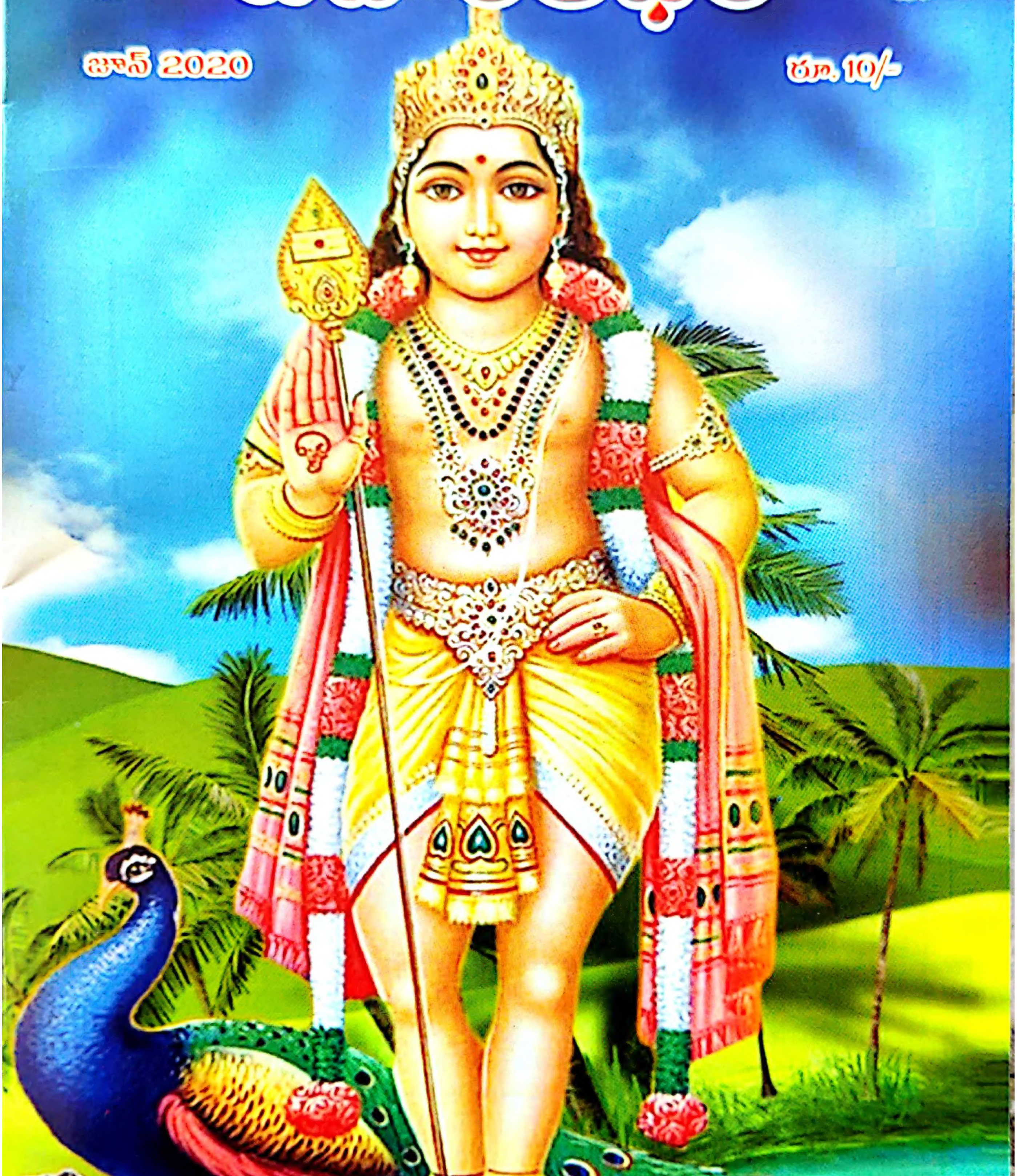
వేదాంతభేరి

జూన్ 2020

రూ. 10/-



Scanned with Ca

ప్రణవము

ప్రణవమనగా ఓంకారము. పరబ్రహ్మముయొక్క వాచకము. సచ్చిదానంద పరమాత్మయొక్క నామధేయము. 'ఓమిత్యేకాక్షరం బ్రహ్మ' (ఓమ్ అను అక్షరము పరబ్రహ్మము యొక్క వాచకము) - అని గీతాచార్యులు ప్రణవమును గూర్చి గీతయందు సెలవిచ్చి యున్నారు.

'ఓమిత్యేతదక్షర ముద్గీథముపాసిత' - అని ప్రణవ స్వరూప పరమాత్మయొక్క ఉపాసనను గూర్చి శాస్త్రములు ప్రతిపాదించు చున్నవి. ప్రణవోచ్చారణ వాక్కును పవిత్రము చేయును. ప్రణవధ్యానము చిత్తమును ప్రశాంతమొనర్చును. ప్రణవపూజ పాపములను పరిహరించును. ప్రణవజపము మనోనిర్మలత్వమును చేకూర్చును.

- శ్రీవిద్యాప్రకాశానందగిరి స్వాములవారు

ఓం వేదాంతభేరి ఓం

సంస్థాపకులు : శ్రీశ్రీశ్రీ విద్యాప్రకాశానందగిరి స్వాములవారు

సంపుటము : 53 జూన్ 2020 సంచిక : 06

సంపాదకులు
శ్రీ విద్యాస్వరూపానందగిరి స్వాములవారు

సంపాదక మండలి
శ్రీ సంపూర్ణానందగిరి స్వాములవారు
శ్రీవిజయానంద బ్రహ్మచారి
కె.ఈశ్వర్
డాక్టర్ సముద్రాల లక్ష్మణయ్య, శిరోమణి, ఎం.ఎ.,
డాక్టర్ కె.సర్వోత్తమరావు, ఎం.ఎ., పి.హెచ్.డి.,

శాశ్వత పోషక చందా రూ. 2000/- అంతకుమించి

సంవత్సర చందా రూ. 100/-లు, విడి సంచిక రూ. 10/-లు
విదేశాలకు సంవత్సర చందా (ఎయిర్ మెయిలు) 20 డాలర్లు

చందా పంపవలసిన అడ్రసు : శ్రీ శుకబ్రహ్మాశ్రమము,
స్వామి విద్యాప్రకాశానంద నగర్,
శ్రీ శుకబ్రహ్మాశ్రమము (పోస్టు)
శ్రీకాళహస్తి, పిన్ - 517640
ఫోన్ : 08578- 222239

చందాదారులు ఉత్తర ప్రత్యుత్తరాలలో తమ చందా నెంబరు తప్పక వ్రాయవలెను.

Printed & Published by Sri Vidyaswarupanandagiri swami on behalf of Sri Sukabrahma Ashramam and Printed by B.Viswanadham at C.N. Printer, TIRUPATI, Andhra Pradesh; Published at Sri Sukabramhasramam, Swami Vidyaprakashananda Nagar, Sri Sukabramhasramam Post, Srikalahasti-517 640, Chittoor Dist., Andhra Pradesh.
Editor : SRI VIDYASWARUPANANDA GIRI SWAMI

Scanned with Ca

ॐ వేదాంతభేరి ॐ
అనుష్ఠాన వేదాన్తాన్ని బోధించు మాసపత్రిక

సంపుటము : 53 జూన్ 2020 సంచిక : 06

విషయ సూచిక

01. ప్రార్థన - 05
02. శాంతికి మార్గము - శ్రీ విద్యాప్రకాశానందగిరిస్వాములవారు -06
03. ప్రబోధ - శ్రీ సద్గురు మలయాళస్వాములవారు - 10
04. సాధన పంచకము - శ్రీ సంపూర్ణానందగిరిస్వాములవారు - 12
05. బోధామృతము - శ్రీరామకృష్ణ పరమహంస - 16
06. భాగవతం షష్ఠస్కంధము-శ్రీమాతా పరావిద్యానందగిరిస్వామినివారు-18
07. చతురాశ్రమ ధర్మాలు - ఎ. తారాలక్ష్మి -23
08. మధుమేహమునకు ఆహార నియమములు - 26
09. ఆంధ్ర మహాభాగవతము - ఆచార్య జక్కంపూడి మునిరత్నం - 28
10. మద్దెల చేసే హితబోధ - 31
12. మన పుణ్యక్షేత్రములు - శివకాంచి - 33
13. శుభకార్యములను తత్క్షణమే చేయవలెను
- శ్రీవిద్యాప్రకాశానందగిరి స్వాములవారు - 36
14. మాధవ మందిరము - శ్రీసర్వేశ్వరానందస్వాములవారు - 39
15. వార్తలు - 42

ముఖచిత్రం
పంచామృత ప్రియుడు శ్రీ కుమారస్వామి

జూన్ 23 పూరి జగన్నాథ రథోత్సవము

జూన్ 25 స్కంద పంచమి, 26 కుమార షష్ఠి

ఇందులోని వ్యాసముల భావములకు వ్యాస రచయితలే బాధ్యులు

ప్రార్థన

1. ఓం శక్తిహస్తం విరూపాక్షం శిఖివాహం షడాననమ్ ।
దారుణం రిపురోగఘ్నం భావయే కుక్కుటధ్వజమ్ ॥

2. ఓం స్కంధం షణ్ముఖం దేవం శివతేజం ద్విషడ్భుజమ్।
కుమారం స్వామినాథం తం కార్తికేయం నమామ్యహమ్॥

3. ఓం మయూరాధిరూఢం మహావాక్యగూఢం
మనోహారిదేహం మహాచిత్తగేహమ్ ।
మహాదేవదేవం మహావేదభావం
మహాదేవబాలం భజేలోకపాలమ్ ॥

4. ఓం గిరౌ మన్నివాసే నరా యేఽధిరూఢాః
తదా పర్వతే రాజతే తేఽధిరూఢాః ।
ఇతీవ బ్రువన్ గంధశైలాధిరూఢాః
స దేవో ముదే మే సదా షణ్ముఖోస్తు ॥

5. ఓం కుహూరేశసూనో గుహస్కందసేనా
పతే శక్తిపాణే మయూరాధిరూఢ !
పులిందాత్మజాకాంత భక్తార్తిహారిన్
ప్రభో తారకారే ! సదా రక్ష మాం త్వమ్ ॥

6. ఓం నమః కేశినే శక్తయే చాపి తుభ్యం
నమశ్ఛాగ తుభ్యం నమః కుక్కుటాయ ।
నమస్సింధవే సింధుదేశాయ తుభ్యం
పునః స్కందమూర్తే నమస్తే నమోస్తు ॥

శాంతికి మార్గము

- శ్రీ విద్యాప్రకాశానందగిరి స్వాములవారు

ప్రపంచమున ఎచట చూచినను విద్వేషములు, ఘాతుకచర్యలు, పరస్పర మారణకృత్యములు, కన్నులకు కట్టినట్లు గోచరించుచున్నవి. సోదరుడు సోదరుని హతమార్చుటకు వెనుదీయుటలేదు. భూమి రక్తమయమైపోవుచున్నది. మొదటి సంగ్రామము ముగిసినది. ఇక శాంతి నెలకొని నదిగదాయని సంతసించిరి. ఇంతలో ద్వితీయ మహాసంగ్రామము దాపురించింది. లక్షలకొలది ప్రజలను బలిగొని తుదకెట్లో దైవానుగ్రహము వలన అదియు సమాప్తమైనది.

దానితో నిక శాంతి స్థాపితమగునని జనులు తలంచిరి, కాని తృతీయ మహాయుద్ధమున కిప్పటి నుండియే కొందరు ఆయత్తపడు చున్నారు. ప్రచండ మారణాస్త్రములను గూర్చిన పరిశోధన విరివిగ గావింపబడుచున్నది. ఈశ్వరుడొసంగిన అమూల్య విజ్ఞానసంపద ఈ ప్రకారముగ తోడి సోదరుని కుత్తుక నఱకుటకే వినియోగింపబడుట ఆశ్చర్యము! వెయ్యేల ! ప్రస్ఫోటమునకు సిద్ధముగనున్న అగ్ని పర్వతము చందమున వర్తిల్లుచున్నది నేటి ప్రపంచము. మూర్తీభవించిన కలిమాయయా ఇది? అని బుద్ధిమంతుడు తనలో వితర్కించుకొను చున్నాడు.

ఇట్టి స్థితియందు 'ఇక శాంతికి మార్గమేమి' అనియే యిపుడు ప్రతివారును వేసికొనుచున్న ప్రశ్న. అశాంతికి మార్గమేదియో ముందు కనిపెట్టిన ఇక శాంతికి మార్గమన్వేషించుట బహుసులభము. కాబట్టి ఈ అశాంతికి, ఈ ద్వేషరూప మహావిషజ్వాలలకు, ఈ ప్రత్యక్ష నరకమునకు

హేతువేమియో యోచింతము. బాగుగ విచారించి చూచిన దీని కంతటికిని ప్రధాన కారణములు రెండుగా తోచుచున్నవి. అవి యేవియనిన, 1). స్వార్థము, తృష్ణ, 2). అవివేకముతో గూడిన మతావేశము. లోకములో ఇపుడు జరుగు చున్న ఘోర అమానుషక్రియలన్నింటికిని హేతువులీ రెండే.

ఈ రెండు విషబీజములనుండియే శాఖోపశాఖలుగ విస్తరించు చున్నవియు, ద్వేషరూపపల్లవముల నభివృద్ధి పఱచుచున్నవియు, వినాశ రూప ఫలములతో గూడినవియునగు సంగ్రామ రూప విషవృక్షము లుద్భవించుచున్నవి. కాబట్టి ప్రపంచమున శాంతి స్థిర ప్రతిష్ఠ నొందవలెనన్న ఈపైన దెల్పిన రెండు కారణములను సంపూర్ణముగ త్యజించి వేయవలసి యుండును. అందు మొదటిదియగు 'స్వార్థము, తృష్ణ' యను దానిని గురించి ఇపుడు విచారింతము.

సంగాత్సంజాయతే కామః కామాత్క్రోధో ఽభిజాయతే
క్రోధాద్భవతి సమ్మోహః సమ్మోహాత్స్మృతివిభ్రమః
స్మృతిభ్రంశా ద్బుద్ధినాశో బుద్ధినాశాత్ప్రణశ్యతి

అని శ్రీకృష్ణభగవాను లానతిచ్చిన విధమున కోరికయే సమస్త అనర్థములకును మూలకారణము. ఎప్పుడు మనుజునకొక కోరిక జనించునో దాని కడ్డుతగిలిన వానిపై వెంటనే యాతనికి క్రోధముప్పతిల్లును. క్రోధ పారవశ్యమున సత్య ధర్మముల గూర్చిన స్మృతి యాతనికి నశించును. దానిచే మతిచెడి భ్రష్టుడైపోవును. భగవదుక్తమగు ఈ సత్యముయొక్క యాథార్థ్యము సామాన్యముగ ప్రతి మానవునికిని తన దైనందిన కార్యక్రమము నందును అనుభూతమగుచునే యుండును. కోరికయే బాగుగ పెరిగి తృష్ణగా పరిణమించినపుడు, స్వార్థము పెంపొంద మనుజుడు తనకున్న దానితో

Scanned with Ca

తృప్తినొందక పరుల క్షేత్రవిత్తాదుల నపహరింప జూచును.

అత్తటి పరస్పర విద్వేషము,వైషమ్యము చెలరేగును. కలహములకు, యుద్ధములకు నాంది యిదియే. కావున జీవుల మనోభావములీ ప్రకారముగ విషమ పరిణామము నొందకమునుపే, కయ్యమునకు వారు కాలు త్రవ్వక మునుపే ఆదిలోనే వారిని సన్మార్గమునకు మరల్చుట శ్రేయస్కరము. రోగము వచ్చిన పిదప చికిత్స గావించుకొనుటకంటె అసలు రోగమే రాకుండ చేసికొనుట ఉత్తమమని ఇంగ్లీషులో ఒక సామెత గలదు - (Prevention is better than cure).

కాబట్టి అందులకై జనుల హృదయ పీఠములలో స్వార్థరాహిత్యము, సర్వమానవ సౌభ్రాతృత్వము, ప్రేమమతము, కరుణామతము గాఢముగ నెలకొనునట్లు చేయు శాంతిసందేశము లెంతయో ఆవశ్యకములై యున్నవి. పూర్వము మహర్షులిట్టి దివ్యసందేశములను లోకమున వెదజల్లి తద్ద్వారా కరుణామృతమును వర్షింపజేసి సర్వమానవులను - కాదు కాదు- సమస్త ప్రాణికోట్లను శాంతి, ప్రేమతరంగములందు- డోలాయమానులుగా జేసి ఒకే ప్రేమసూత్రమున వారినందరిని బంధించివైచిరి. వారి శాంతి సందేశము నిపుడొకింత యాలకించెదము-

ఓ జీవులారా, స్వార్థము నపేక్షింపకుడు! సమస్త జీవరాసుల యెడ కారుణ్యము వహింపుడు ! ఆబ్రహ్మస్తంబపర్యంతము సర్వ ప్రాణులందును ఒకే ఆత్మ చైతన్యము సమముగా వెలుగుచున్నవి. కాబట్టి యే ప్రాణికిని హానియొనర్పకుడు! ఒనర్చినచో మిమ్ములను మీరే హింసించుకొనిన వారగుదురు అని మహాత్ములు తెలుపుచున్నారు. ఈ క్రింది భగవద్వాక్యము లివ్విషయమునే స్పష్టపఱచుచున్నవి -

శ్లో ॥ సమం పశ్యన్హి సర్వత్ర సమవస్థితమీశ్వరమ్ ।

న హినస్త్యాత్మనా ఽఽత్మానం తతోయాతి పరాం గతిమ్॥

అనగా ఈశ్వరుడు సర్వజీవరాసులందును సమముగ వెలయుచున్నట్లు గాంచువాడు తన యాత్మను తాను చంపుకొననివాడే యగును. అట్టివాడు సర్వోత్తమగతియగు మోక్షమును బొందును. మఱియు,

శ్లో ॥ ఆత్మౌపమ్యేన సర్వత్ర సమం పశ్యతి యోఽర్జున !

సుఖం వా యది వా దుఃఖం స యోగీ పరమో మతః ॥

అనగా తనయం దేయాత్మ గలదో అదే యాత్మ సర్వజీవులందును గలదని యెఱిఁగి, ఇతరుల సుఖదుఃఖములను తన సుఖదుఃఖములవలెనే భావించి వారియెడల కరుణగలవాడు ఉత్తమ యోగియని నాయభిప్రాయము- ఈ పై రెండు శ్లోకములును సాక్షాత్ భగవంతుని (శ్రీకృష్ణుని) ముఖారవిందమునుండి వెలువడినవగుటచే అతి ప్రాముఖ్యము గలవని గ్రహించవలెను.

శ్లో ॥ సర్వశాస్త్ర పురాణేషు వ్యాసస్య వచనం ద్వయమ్ ।

పరోపకారః పుణ్యాయ పాపాయ పరపీడనం॥

సమస్త శాస్త్రముల యొక్క సారము శ్రీ వ్యాసభాగవానులు వచించిన ఈ రెండు వాక్యములే. అవి యేవియనిన- 'పరులకు ఉపకారము చేయుటయే పుణ్యము, పరులను బాధించుటయే పాపము'.

ఇదియు ఋషులయొక్క సందేశము. ఈ సందేశమునే నవయుగ మహర్షి, శాంతిదూతయగు గాంధీ మహాత్ముడు పదే పదే లోకమునకు బోధించియున్నారు. బుద్ధదేవుడు బోధించిన కరుణామతమిదియే! మహాప్రవక్తలు ఉద్ఘాటించిన ధర్మసూత్రము లియ్యవియే.

Scanned with Ca

ప్రబోధ

– శ్రీ మహర్షి మలయాళస్వాములవారు

1. ఒక పాత బొమ్మను మరియొక నవీనపు బొమ్మగా జేయుట కొఱకు పురాతన విగ్రహమును సుత్తితో తునకలు తునకలుగా కొట్టి నిప్పులో నీరుగా కరగజేసినచో మాత్రమే నూతన విగ్రహము జేయవచ్చును. కరఁగకబోయిన నవీనపు బొమ్మను చేయ సాధ్యముకానిరీతి నజ్ఞాన భావముతోగూడి జీవభ్రాంతి గల మనస్సును వైరాగ్య ధ్యానశాస్త్ర విచారమను సుత్తితో పగులగొట్టి, భక్తియను పరమాత్మ ధ్యానములో మనసు నీరువలె కరిగిన మాత్రముననే, జ్ఞానాకార విగ్రహమును చేయగలుగును. భక్తిలో కరుగని హృదయమునకు జ్ఞానాకారము కలుగనేరదు.

2. నిప్పు మంట చేయువాడు మొదట చాలచిన్న చిన్న కట్టెపుల్లలకు మంట వేసిన తరువాత పెద్ద పెద్ద కట్టెలను వేసిన కాలునేగాని మొదటనే పెద్ద కట్టెలు వేసిన ఊఁది యూఁది సంకటపడవలసినదేకాని అగ్ని ప్రజ్వలింపదుగదా. అలాగున బ్రహ్మజ్ఞానాగ్ని ప్రకాశించుటకు ప్రథమమున పుణ్యకర్మానుష్ఠానమును నిష్కామముగా శ్రద్ధతో జేయుటయు,గురుశుశ్రూష, దైవభక్తి మొదలైనవి యనుష్ఠించి తరువాత యోగానుష్ఠానము, వేదాంత విచారణ, జ్ఞానము మొదలయినవి అనుష్ఠించవలయును. ఇట్లు చేయనివారికి స్వరూపజ్ఞానము గలుగుట ప్రయాసకరము.

3. వేసవి కాలములో అతిదారుణమగు ఎండచే లోకము అతి తపనముగా నుండినను అత్యున్నత పర్వత శిఖరోపరి భాగమునందెల్లప్పుడు చల్లగానే యుండును. అట్లే లోకము దుఃఖమయమై తపించెడు కాలములోగూడ, ఆత్మస్థితిలో అనగా తురీయములో రమించువారెప్పుడును ఆనందమయముగానే యుందురు.

4. ఒక రాతి బండను శిల్పి దగ్గరకు బండితో తోలుకొనిపోయి దొర్లించి వేయుదురు. ఆ శిల్ప పనివాడు ఆ రాతిని ఒక దైవ విగ్రహముగా జేయుట

కొఱకు సుత్తిచేతను, ఉలిచేతను బాగుగా కొట్టి పనిచేయును. ఈ దెబ్బలకు ఓర్చియుండెనేని, రాయి పోయి దేవుడవునుగదా! అదే రీతిగా అనాత్మజడముతో కూడిన శిష్యుడు సద్గురువునకు సమర్పింప బడెనేని ఆ మహాత్ముని శిక్షలచే నిత్యశుద్ధ స్వయంప్రకాశ జ్ఞాన స్వరూపమునకు అన్యమగు వృత్తులన్నిటిని తొలగించి లోకారాధ్యునిగా చేయును. శిక్షలకు ఓర్వనివాడు శిల్పి దెబ్బలకు నిలువని రాయివలె వ్యర్థమగును. ఈ తత్త్వమును చక్కగ తెలిసినవాడే యథార్థ ముముక్షువగును.

5. రాహువుచే ఆవరింపబడిన గ్రహణ కాలచంద్రుడు ఎంత ప్రభాశూన్యమై లోకములో ఎంత విషతుల్యముగా నుండునో, అలాగున రాగముచే ఆవరింపబడిన ఆత్మయు అంత విమూఢమై విషతుల్యమై యుండును. గ్రహణ విమోచన కాలమున చంద్రుడెంత మనోహరముగా బ్రకాశించునో, అత్తరుణమున ఎన్నియో విధములు దాన, ధర్మ, పరోపకార, దైవపూజాదులు జరుగునో ఆలాగున రాగద్వేష విముక్తాత్మ సన్నిధిలోను జరుగును.

శరీరములు అనేకము	–	ఆత్మ ఒకటే
నక్షత్రములు అనేకము	–	ఆకాశము ఒకటే
దేహములు అనేకము	–	భూమి ఒకటే
మతములు అనేకము.	–	సత్యము ఒకటే
ప్రాణులు అనేకము.	–	ప్రాణము ఒకటే

ఈ ప్రకారము అనేకమందు ఏకత్వమును వీక్షింపుము. అపుడే జీవితమున శాన్తి సుఖములు లభించును.

విశ్వాసమున్న చోట భక్తియుండును
భక్తియున్నచోట పవిత్రత యుండును
పవిత్రతయున్నచోట దేవుడుండును
దేవుడున్నచోట పరమానందముండును

Scanned with Ca

సాధన పంచకము

- శ్రీ సంపూర్ణానందగిరి స్వాములవారు

(గత సంచిక తరువాయి)

దృఢతరం కర్మాశుసన్న్యజ్యతామ్

మిక్కిలి దృఢమైన కర్మను శీఘ్రముగా విడువవలెను. కర్మ ఫలమును విడువవలెనని భావము.

భగవద్గీతలో "కర్మణ్యేవాధికారస్తే మా ఫలేషు కదాచన" అని చెప్పిరి. కర్మ చేయుట యందే అధికారం కలదు. ఒకానొకపుడైన కర్మ ఫలమును కోరకుము అని చెప్పెను. మరల "నియతంకురు కర్మత్వంకర్మ జ్యాయోహ్య కర్మణః । శరీర యాత్రాపి చ తే న ప్రసిద్ధ్యేదకర్మణః ॥"

అర్జునా ! నీవు శాస్త్ర విహిత కర్తవ్య కర్మలనాచరింపుము. కర్మలను చేయకుండుట కంటెను చేయుటయే ఉత్తమము. కర్మలనాచరింపనిచో నీ శరీర నిర్వహణముగూడ సాధ్యముగాదు,అని శ్రీకృష్ణ పరమాత్మ చెప్పిరి. కావున కర్మలను చేస్తూ, నేను చేస్తున్నాను అనే కర్తృత్వాహంకార బుద్ధిని వదలి, చేయదగిన కర్మలను చేస్తూ, దైవార్పిత బుద్ధితో చేసిన కర్మ మనలను బంధించదు. జన్మకు కారణమైన కర్మబంధమును పోగొట్టుకొనిన వారమని భావము. పంద్రెండవ సాధన ఈ విధముగా తెలియపరుస్తున్నది.

సద్విద్వానుపసర్ప్యతామ్

సద్గురువు నాశ్రయింపవలెను. సద్గురు సమీపమునకు వెళ్లవలెనని భావము. సద్విద్వాన్ అనే శబ్దం ఆచార్యులవారు ప్రయోగం చేసారు. సత్ శబ్దము బ్రహ్మనిష్ఠను, విద్వత్ శబ్దము శ్రోత్రియత్వమును తెలియపరుస్తున్నది.

శ్రోత్రియ బ్రహ్మనిష్ఠుడైన వాడే సద్గురువుగా పేర్కొనబడును. అన్యులు సద్గురువులు కాజాలరు. శ్రోత్రియుడనగా వేదార్థములను బాగుగా తెలిసినవాడని అర్థం. బ్రహ్మనిష్ఠుడనగా జగదాధార భూతమైన, సర్వవ్యాపకమయిన బ్రహ్మతత్వమును తెలిసికొని, అనుభవమును పొంది, "అహం బ్రహ్మాస్మి బ్రహ్మైవాహమస్మి" అను అఖండజ్ఞానము కలిగిన వాడు. ఇట్టి సద్గురువులే, ముముక్షువులైన శిష్యుల సంశయములను నివారించి సాధనలో లక్ష్యము వైపు నడిపించగలరని అందరూ అంగీకరిస్తున్నారు. వివేకచూడామణిలో ఆచార్యులవారు చెప్పి యున్నారు. ఏమనగా "మనుష్యత్వం ముముక్షుత్వం మహా పురుష సంశ్రయః" మానవజన్మ అన్ని జీవరాశులలో శ్రేష్ఠమైనది, మోక్షమును ఈ జన్మలో పొందవలెనని జిజ్ఞాస (కోరిక) గలవాడు శ్రేష్ఠ తరుడని, ఈ రెండు ఉండి మహాపురుషుని ఆశ్రయించిన వాడు శ్రేష్ఠతముడని చాల గొప్పవాడని చెప్పి యున్నారు. మహాపురుషుడనగా శ్రోత్రియ బ్రహ్మనిష్ఠుడు. "సగురుమేవాభిగచ్ఛేత్ సమిత్పాణిః శ్రోత్రియం బ్రహ్మనిష్ఠమ్" అని ఉపనిషత్ చెప్పుచున్నది. "తద్విద్ధి ప్రణిపాతేన పరిప్రశ్నేన సేవయా ఉపదేక్ష్యంతి తేజ్ఞానం జ్ఞానినః తత్వదర్శినః" అని భగవద్గీత చెప్పుచున్నది. ఇట్టి సద్గురువుల నాశ్రయించి సమ్యక్ జ్ఞానమును పొందవలెనని పదమూడవ సాధన ఆచార్యులువారు చెప్పిరి.

ప్రతిదినం తత్పాదుకే సేవ్యతామ్

ప్రతిదినం సద్గురు దివ్యపాదార విందములనే సేవించవలెనని దీని భావము. "గురు పదాంభోజముల్గొలువక కల్గునే ప్రవిమల వైరాగ్య భాగ్యమహిమ" అని భాగవతం కీర్తించింది. మానవుడు జ్ఞానమును పొందాలంటే గురుపాదాల నాశ్రయించవలసిందే, వేరే మార్గం లేదు. "ఏ విద్యకైన గురువు లేకున్న ఆవిద్య పట్టువడదు, కావునను అభ్యాసికి

Scanned with Ca

గురుశిక్ష కావలయు నారాయణ" అని నారాయణ శతకం కీర్తిస్తున్నది. "గురువు లేక గురుతెట్లు గలుగురా అజునికైన వాని అబ్బకైన, తాళపు చెవిలేక తలుపెట్లు ఊడురా విశ్వధాభిరామ వినురవేమ" అజుడనగా చతుర్ముఖ బ్రహ్మ, వారి అబ్బకైన అనగా వాని తండ్రియైన విష్ణుమూర్తికైన గురుపాదాంబుజములను సేవించనిదే జ్ఞానము గలుగదని భావము". గురుశుశ్రూషయా విద్యా" పూర్వం గురుకులంలో అధ్యయనం చేయువారు శిష్యులు గురువుగారికి ముందుగా భోజనము ఏర్పరచి తరువాత తాము భుజించువారు. "సేవా ధర్మః పరమగహనః యోగినామపి అగమ్యః " అన్నారు భర్తృహరి. త్రికరణశుద్ధిగా గురుసేవ చేస్తూ జ్ఞానమును సంపాదించిన శిష్యుడే ఉత్తముడు. గురువును సేవించి గుర్వనుగ్రహాన్ని పొందుట ఒక సాధనమని పదునాల్గవ సాధన ఆచార్యులవారు అనుగ్రహించిరి.

"బ్రహ్మైవాక్షర మర్థ్యతామ్"

సద్గురువు నాశ్రయించిన సచ్ఛిష్యుడు నాశరహితమైన సర్వాధారమైన పరబ్రహ్మమును గూర్చియే తెలిసికొనవలెనని గురువును ప్రార్థించ వలయును.

ఓ కరుణా సముద్రా! మీకు నేను నమస్కరించుచున్నాను. ఏలన సంసార సముద్రమున బడి దిక్కుగానక కడుదీనుడనైన నన్ను కారుణ్యామృత వృష్టిని ధారధారలుగా వర్షించునట్టి తమ కటాక్ష వీక్షణముచే యుద్ధరింపుమా. తమకంటే వేరొకరు నన్ను రక్షించువారు లేరు. అక్షర స్వరూపమైన బ్రహ్మజ్ఞానమును బోధింప మీరే సమర్థులు. దుర్లంఘ్యమైన సంసార దావాగ్నిచే పరితపించువాడను, నన్నావరించిన అవివేక రూప

దురదృష్ట వాయువులచే చలించుచున్నవాడను. మృత్యు భీతుడను, శరణుజొచ్చిన వాడను కావున నన్ను మృత్యువు నుండి నాశరహితమైన అమృతత్వమును పొందించి రక్షింపుమా !

ఓ దయామయా ! బ్రహ్మానంద రసాస్వాదముతో కూడినవియు, పరమ పవిత్రము లయినవియు, చల్లనివియు, ఎడతెగనివియునగు తమ వాక్సుధా ధారలచే నన్ను స్నానము చేయించుమా.

తమ కృపాకటాక్షపాతమను ఉత్సవమును పొందిన వారైన శిష్యులే తమకు పాత్రులగుచున్నారు. అనగా తమ దృష్టి పడిన మాత్రముచేతనే అందరు తరించుచున్నారు. కావున ఓ ప్రభువా! నేనేలాగున ఈ సంసారమను సముద్రమును దాటువాడను? నాకు దిక్కేది ? ఉపాయమేది? స్వామి ! నాకేమియు తెలియదు. జన్మ పరంపరగా వచ్చుచున్న యీ సంసార దుఃఖమును నశింపజేయుమా అని ప్రార్థన. భగవద్గీతను అర్జునుడు ఈ విధముగానే శ్రీకృష్ణపరమాత్మను ప్రార్థించెను. "కార్పణ్యదోషోపహత స్వభావః పృచ్ఛామి త్వాం ధర్మసమ్మూఢ చేతాః యచ్ఛ్రేయస్యాన్నిశ్చితం బ్రూహి తన్మే శిష్యస్తే ఽహం శాధిమాం త్వాం ప్రపన్నమ్"కృపణత్వము వలన అనగా ఆత్మజ్ఞానము లేనందువలన స్వభావమును కోల్పోయి, ఛిన్నాభిన్నమైన నైజగుణము గలవాడనైతిని. యుక్తాయుక్త పరిజ్ఞానము లేని వాడనై తమరిని అడుగుచున్నాను, నా కర్తవ్యమును నిర్ణయించుకొన లేకున్నాను. నేను తమకు శిష్యుడను, శరణాగతుడను ఏది శ్రేయస్కరమో, శ్రేయో మార్గమో దానిని నాకు ఉపదేశించి నా జన్మను ధన్యము జేయింపమని ప్రార్థించెను. ఈ 15వ సాధనతో గురు సన్నిధిలో బ్రహ్మ జ్ఞానమును గూర్చియే అడగవలెనని ఆచార్యులు వారు ప్రబోధించిరి.

Scanned with Ca

బోధామృతము

– శ్రీరామకృష్ణ పరమహంస

1. చిన్నపిల్లవాడు వీధిలోఆడుకొని ఇంటిలోనికి వచ్చినచో తల్లి వానికి అంటుకొనిన దుమ్ము అంతయు పోవునట్లు శుభ్రముగ స్నానము చేయించును. పామరజనులు "దృశ్య పదార్థములే సత్యములు, శాశ్వతములు" అని తలంచుచు వాటియందే కాలము గడుపుచుందురు. కొంత కాలమునకు వారు వైరాగ్యమును కలిగి మహాత్ములను ఆశ్రయించుదురు. జ్ఞానులగు ఆ మహాత్ములు జ్ఞానోపదేశముచేసి వారి అజ్ఞానమాలిన్యమును తొలగించెదరు. జిహ్వాచాపల్యముగల వ్యక్తి అజీర్ణరోగము కలిగియున్నను, కడుపునిండి యున్నను రుచికర పదార్థములు కనపడినచో అతనికి వాటిని తినవలెనను కోరిక ఉదయించును.అదే ప్రకారముగ మనస్సు నందు దుష్టసంస్కారములు ఉన్నచో మనుజుడు దుష్ప్రవర్తన కలిగియుండును.

కనుక మనుజుడు ప్రయత్నపూర్వకముగ సత్సాంగత్యమును, సద్గుణములను అలవరచుకొని దుర్గుణములను నిర్మూలించుకొని సన్మార్గమునే అవలంబించవలెను. సచ్ఛీలము కలవాడు ఆత్మజ్ఞానము పొందుటకు అర్హతను సంపాదించును.

2. కొందరు జనులు ఇతరుల తప్పొప్పుల గురించి మాట్లాడుకొనుచు కాలమును వృథాచేయుచుందురు. కాని జనులు అట్లు చేయక తమ యందున్న దోషములను తొలగించుకొనుచు సర్వులను దైవస్వరూపులుగ వీక్షించుచు, వివేక వైరాగ్యములను సంపాదించి, ఆత్మ విచారణను గావించి, బ్రహ్మసాక్షాత్కారమును బడసి దైవమును గూర్చియే ప్రసంగించు కొనుచుండ వలెను. దైవ కార్యములను ఆచరించుచు దైవప్రాప్తిని పొంది జీవితమును చరితార్థము చేసుకొనవలెను.

3. పరిమిత ఆకారముగల ఉప్పుబొమ్మ సముద్రముయొక్క అపరిమిత ఆకారమును తెలుసుకొనలేదు. కాని ఆ బొమ్మ సముద్రమందు లీనము కాగలదు.

అట్లే పరిమితుడగు జీవుడు అనంతుడగు భగవంతునియొక్క ఆద్యంతములను కనుగొనుటకు ప్రయత్నించుట వృథాయే అగును. కాని అతడు భగవంతునితో తాదాత్మ్యము నొంది దైవానుభూతిని బడయగలడు. కనుక జీవుడు దైవధ్యానమును శ్రద్ధతో ఆచరించి అతడు భగవదనుభవమును పొందవలెను.

సాధకుడు ఆధ్యాత్మిక గ్రంథములను పఠించి మనన,నిది ధ్యాసములను గావించవలెను. అపుడే అతని హృదయ గ్రంథులు విచ్ఛిన్నమై పోయి జ్ఞానోదయము, దైవసాక్షాత్కారము సంభవించును. శాస్త్ర పఠనగావించి సాధన చేయక సోమరిగ వున్నచో అతనికి ఉత్తమ ఫలమగు భగవదనుభూతి కలుగదు. కనుక మానవుడు దైవవిషయములను మొదట తెలుసుకొని, ధ్యానాదుల ద్వారా అజ్ఞాన గ్రంథులను భేదించుకొని పరబ్రహ్మమందు ఐక్యము కావలెను. అప్పుడే అతడు పరమశాంతిని అనుభవించగలడు.

సాధోః పరుష వాక్యేన న మనో యాతి విక్రియామ్ ।
నహి తాపయితుం శక్యం సాగరాంభస్తృణోల్కయా ॥

గడ్డిపరక కాలుతూ ఎగిరొచ్చి సముద్రంపైన పడినంత మాత్రాన సముద్రజలం వేడెక్కి పోదుగదా ! గడ్డిపరకే ఆరిపోతుంది. అట్లే అల్పుడు పరుష వాక్యాలు పలికినంత మాత్రాన (సజ్జనుని దుర్భాషలాడినంత మాత్రాన) సత్పురుషుని హృదయం (మనస్సు) వికారాన్ని పొందదు (మారదు).

సోమరుల కెచ్చటను మోక్షము లేదు

భాగవతం షష్ఠ స్కంధము

- శ్రీ మాతా వరావిద్యానందగిరి

(గత సంచిక తరువాయి)

ఈవిషయము తెలిసిన దక్షప్రజాపతి దుఃఖించెను. అజుడైన బ్రహ్మదేవుడు అతనిని ఓదార్చెను. తదనంతరము దక్షుడు మరల వేయిమంది పుత్రులను కనెను. వారు "శబలాశ్వులు" అను పేరుతో ప్రసిద్ధి పొందిరి. దక్షప్రజాపతి వీరిని కూడా సంతానవృద్ధిని చేయమని ఆదేశించెను.

వీరు కూడా తమ సోదరులు తపస్సు చేసిన నారాయణ సరోవర తీర్థమున్న ప్రాంతమునకే వెడలినారు. తపస్సు చేయుటకు సంతాన వృద్ధికై. వీరికి కూడా ఆ సరోవరము నందు స్నానము చేయగనే అంతఃకరణము నందలి ప్రవృత్తి మార్గవృత్తియైన సంతాన వృద్ధి కాంక్ష తొలగి, అంతర్ముఖ వృత్తులైనారు. పరబ్రహ్మ స్వరూపమును ధ్యానించుచు కొన్ని నెలలు జలమును మాత్రమే ఆహారముగా తీసికొనుచూ మరికొన్ని మాసములు వాయువును మాత్రమే భక్షించుచూ (వాయు భక్షణులై అనగా ఇతర ఆహారము లేవీ తీసికొనక కేవలము గాలి మాత్రమే తీసికొనుచూ)

" ఓం నమో నారాయణాయ పురుషాయ పరమాత్మనే ।

విశుద్ధ సత్త్వధిష్ణ్యాయ మహాహంసాయ ధీమహి ॥"

అను మంత్రమును జపించుచూ మంత్రాధిష్టానమైన శ్రీహరిని ఆరాధించుచూ గొప్ప తపస్సు చేయుట ప్రారంభించిరి.

శబలాశ్వులు ఈ విధముగా తపస్సు చేయుచుండగా వారి తపః ఫలముగా వారి అన్నలైన హర్యశ్వాదులకు వలెనే మహానుభావుడైన నారదమహర్షి వారి చెంతకు వచ్చెను. పూర్వము వారికి చెప్పినట్లుగానే (దాక్షాయణాః !) ఓ దక్షపుత్రులారా మీరు మీ సోదరుల మార్గమునే అనుసరించి ధర్మజ్ఞులై నడచిన పుణ్యపురుషులై పరలోకము నందు మరుద్గణములతో కూడి ఆనందముగా వుందురు అని హితోపదేశము చేసెను.

మహాత్ముల దర్శనము ఎప్పుడూ వృథా కాదు. అమోఘదర్శనుడైన నారదుని దర్శనముచే వారి ఉపదేశమును స్వీకరించి వారు అన్నల మార్గమునే అనుసరించినారు.

"నాద్యాపి తే నివర్తంతే పశ్చిమాయామినీరివ "

గడచిపోయిన రాత్రులవలె అంతర్ముఖ వృత్తిచే భగవన్మార్గమున ప్రయాణించినవారు మరల సంసార మార్గమునకు రారు.

ఇక్కడ దక్ష ప్రజాపతి అనేక (ఉత్పాతములను) దుశ్శకునములను చూచి తన పుత్రులకు కీడు జరిగి వుండవచ్చునని వూహించెను. మునుపటి వలెనే తన పుత్రులను నారదమహర్షి గృహస్థ మార్గమునుండి తప్పించెనని తెలిసికొనెను. దక్షుని యొక్క పుత్ర సంబంధమైన వియోగ దుఃఖమే కోపముగా పరిణమించింది. కోపముతో మండిపడుచూ నారదమహర్షి వద్దకు వెళ్ళి "అహెూ అసాధో సాధూనాం సాధులింగేన నస్త్వయా "

నీవు సాధు వేషమున మాకు అపకారము చేసిన దుష్టుడవు. అమాయకులైన నా పుత్రులను నీవు భిక్షు మార్గమునసుసరించునట్లు చేసినావు. వారు ఇంకనూ బ్రహ్మచర్యము వలన ఋషిఋణమును, వివాహము చేసికొని గృహస్థులై యజ్ఞముల ద్వారా దేవఋణమును, సంతానమును కని పితృఋణమును తీర్చుకొనలేదు. వారికి

Scanned with Ca

ఇహపరలోకములు దక్కకుండా చేశావు. భగవంతుని పార్షదులు దయామయులై వుందురు. నీవు వారి మధ్య చరించుచూ వారి కీర్తికే భంగము కలిగించినావు.నీవు నిర్దయుడవై ప్రాణుల మధ్య పరస్పరము వుండు ప్రేమభావమును నశింపజేసి వైరాగ్యమును బోధించినావు. వైరాగ్యము వలన విషయాసక్తి తొలగునని నీవు భావించినావు కాని విషయ సుఖములను అనుభవింపక వాటి ద్వారా వచ్చు తీవ్ర దుఃఖములను తెలిసికొనలేరు. ఆ దుఃఖములను అనుభవించిన తరువాతనే అతనికి సహజముగ వైరాగ్యము కలుగును కాని ఇతరుల బోధ వలన వైరాగ్యము కలుగదు. కలిగినా నిలువదు. ఇక్కడ మనము కొంత విచారించెదము.

ఇది దక్ష ప్రజాపతియొక్క వైరాగ్యభావనకు సంబంధించిన అభిప్రాయము. సాధారణముగా ఇది అందరికి వుండే ఆలోచనయే. "కామి కానివాడు మోక్షగామి కాదు" అంటూ వుంటారు. మనము ఇక్కడ కొంచెము విచారణ చేద్దాము.

మహర్షి సద్గురు మలయాళ స్వాముల వారు తాము రచియించిన బాలయోగిని గ్రంథమున ఈ విషయము మనకు సుస్పష్టముగ తెలియును. ఆ గ్రంథమున వారు తమ చెంతకు వచ్చిన ఆధ్యాత్మ సాధకురాలైన ఒక యువతిని ఇంతవరకు నీవు చేసిన భగవత్సాధన, ఆధ్యాత్మిక సాధన శ్రేష్ఠమైనది. చాలా సంతోషము. ఇక వివాహము చేసికొని గృహస్థ ధర్మమును పాటించుచూ సంతానము వృద్ధి చేయమని చెప్పగా ఆ యువతి అంగీకరించలేదు. ఇప్పటి వలెనే బ్రహ్మచారిణి గానే సాధనలు కొనసాగించి సిద్ధి పొందుతానని చెప్పెను.

అది విన్న ఆ మహాత్ముడు అమ్మా ! నీకు ఇంకా వివాహము కాలేదు కదా! వివాహమన్న నీ కంత భయమెందుకు అనగా

ఆ యువతి స్వామీ ! జీవుడికి ఎన్నో జన్మలు గడచినవి కదా! ఈ జన్మలో వివాహము చేసికొంటేనే అందులోని దుఃఖములు అవగతమవుతాయని తద్ద్వారా వైరాగ్యము కలుగుతుందని అనలేము కదా! నేను క్రిందటి జన్మలోనే ఆ అనుభవములన్నింటిని పొంది

"పరీక్ష్య లోకానే కర్మచితాన్ బ్రాహ్మణః నిర్వేద మాయాత్"

అని ఉపనిషన్మంత్రము చెప్పినట్లు ఆ సాంసారిక సంబంధ తీవ్ర దుఃఖముల భయమే నన్ను వెంటాడుచూ దానియందు నాకు వైరాగ్యమును కలిగించి యుండవచ్చును. అందులకే నాకు సంసారమన్ననూ, వివాహమన్ననూ భయము కలుగుతూ వుండి వుండవచ్చును అని సమాధానము చెప్పెను.

దక్ష ప్రజాపతి అన్నమాట నిజమే."అచ్చపుజీకటింబడి గృహవ్రతులై విషయ ప్రవిష్టులై చచ్చుచు పుట్టుచున్ మరల జర్విత చర్వణులైన వారికింజెచ్చెర పుట్టునే పరులు సెప్పిననైన నిజేచ్ఛనైన నేమిచ్చిన నైన గానలకు నేగిన నైన హరి ప్రబోధముల్. (పోతన భాగవతము సప్తమ స్కంధము) అని ప్రహ్లాదుడు చెప్పినట్లు ఇతరులు చెబితేనే వైరాగ్యము రాదు. రైతు భూమిలో విత్తనములు వేసి నీరు పెట్టినంత మాత్రమున మొలకలు రావు కదా ! ఆ విత్తనములలో అంకురశక్తి వుండవలయును. అదేవిధముగా ఎన్నో జన్మలలో అభవించిన జన్మ, జరా, విపత్తి, మరణముల యొక్క దుఃఖము వలన కలిగిన వైరాగ్య భావనయే ఫలవంతమై నివృత్తిమార్గమున పయనించుటకు ఉత్సాహమును పుట్టించును. ఇతరుల హితోపదేశము నిమిత్త మాత్రమే. కట్టెలలో దాగివున్న అగ్నియే ఇతరుల ప్రయత్నముచే వ్యక్తమగును కదా ! కట్టెలలో అగ్ని లేకపోయిన ఎవరెంత ప్రయత్నించినా నిప్పు రాజుకోదు కదా !

Scanned with Ca

దక్షుని యొక్క కోపము మిన్ను ముట్టెను. నా మొట్టమొదట పుత్రులైన హర్యశ్వాదులను గృహస్థధర్మములకు విముఖులుగా జేసి అపకారము జేసితివి. మరల శబలాశ్వులను కూడా అదే విధముగా చేసితివి అని కోపముతో ఊగిపోతూ తన కోపమును శాపముగా మార్చి నారదమహర్షిపై ప్రయోగించెను.

దుష్టుడవైన నీవు స్థిరమైన స్థానము లేక నిరంతరము ముల్లోకములలో సంచరించుచుందువు గాక ! అని శపించెను.

"ప్రతిజగ్రాహ తద్బాధం నారదః సాధు సమ్మతః ।

ఏతావాన్ సాధువాదోహి తితిక్షేతేశ్వరః స్వయమ్ ॥

అట్లే కానిమ్ము అని నారదుడు ఆ శాపమునుగా గ్రహించెను. వారు తితిక్ష కలవారు. ఒక స్థానమున స్థిరముగా వుండిన దానితో, అక్కడి వ్యక్తులతో సంగమమేర్పడునని, తద్వారా తదితరములైన బాధలు ఏర్పడునని సాధువులు నిరంతరము సంచరించుచుందురు. ఆ విధముగా నారద మహర్షుల వారికి అది వరమే అయినది. నారద మహర్షి ప్రతి శాపమీయగలిగిన శక్తి వున్నా దక్షప్రజాపతిని శపించలేదు.

The world is your home

To do good is yourr religion

ప్రపంచమే నీ యిల్లు

ఇతరులకు మేలు చేయుటయే నీ మతము

దయగల హృదయమే భగవన్నిలియము

చతురాశ్రమ ధర్మాలు

-ఎ. తారాలక్ష్మి, ఎం.ఎ., ఎం.ఇడి., ఎమ్.ఫిల్. పి.హెచ్‌డి.
(శ్రీకాళహస్తి)

చతురాశ్రమ ధర్మాలు సనాతన ధర్మానికి ఆయువు పట్టు. భారతీయ సనాతన ధర్మం మానవ జీవితాన్ని ఎంతో క్రమబద్ధంగా నిర్దేశించింది. ఈ క్రమబద్ధమైన భూమికలే చతురాశ్రమాలు. బ్రహ్మచర్యము, గృహస్థాశ్రమము, వాన ప్రస్తము మరియు సన్యాసము అను నాలుగు చతురాశ్రమాలు అనబడును. ఈ నాలుగు భూమికలలో నిర్వర్తించవలసిన ధర్మములను, కార్యములను, శిక్షణలను ఋషులు శాస్త్రములలో బహు చక్కగ వివరించి యున్నారు. చతురాశ్రమ ధర్మములను ఒక క్రమపద్ధతిలో ఆచరించిన మానవుని జీవితము ఆద్యంతములు ఉద్ధరింపబడి పూర్ణత్వం నొందగలదు. చతురాశ్రమములలో మొదటి రెండు ప్రవృత్తి మార్గమును, చివరి రెండు నివృత్తి మార్గమును సూచించును. మనువు, మనుస్మృతిలో చతురాశ్రమ ధర్మములను క్రింది విధముగ నిర్వచించి యున్నారు. "నాలుగు వేదములు, రెండు వేదములు, కనీసము ఒక వేదమైనను బాగుగా అధ్యయనము చేసి, బ్రహ్మ చర్యమును శీలించిన తదుపరి మనుజుడు గృహస్థాశ్రమమున ప్రవేశింపవలయును. గృహస్థుడు గృహస్థాశ్రమ ధర్మములను చక్కగా నిర్వహించిన పిదప, అతని చర్మము, ముడుతలు పడినపుడు, తల వెంట్రుకలు నెరసినపుడు, మనుమలు కలిగినపుడు ఆతను వానప్రస్థ ఆశ్రమమును స్వీకరించవలెను. ఏకాంత వాసమున వానప్రస్థ ఆశ్రమమును శీలించిన తరువాత సర్వసంగ పరిత్యాగియై ఆతడు సన్యాసాశ్రమమును స్వీకరించవలెను."

పై విధముగ మానవుడు చతురాశ్రమములను ఒక క్రమ పద్ధతిలో

Scanned with Ca

దాటవలెను. ఒక ఆశ్రమములో పరిపక్వత నొందక మరియొక భూమికలోనికి ప్రవేశింపరాదు. అవతార పురుషులు మరియు మహాత్ముల విషయములో ఈ నియమము వర్తించదు.

బ్రహ్మచర్యాశ్రమము : చతురాశ్రమములలో మొదటిది బ్రహ్మ చర్యాశ్రమము. మానవుని జీవితములో సర్వసౌఖ్యములకు ఇదియే సాధనము. పిల్లలకు 7,8 సంవత్సరాల వయస్సులో ఉపనయనానంతరము బ్రహ్మచర్యాశ్రమము ప్రారంభమవుతుంది. క్రమశిక్షణతో కూడిన విద్యార్జన ఈ భూమిక ప్రథమ కర్తవ్యము. గృహస్థాశ్రమమునకు అవసరమైన శక్తి సామర్థ్యములను పెంపొందించుకొనుట తదుపరి లక్ష్యము. తల్లి తన బిడ్డలను పోషించు రీతిలో విద్య మానవుని పోషించి రక్షిస్తుంది. విద్యార్జన కొరకై బ్రహ్మచారి విద్యాలయంలో ప్రవేశిస్తాడు. సనాతన గురుకులంలో పేద ధనిక బేధము ఉండెడిది కాదు. అచట బ్రహ్మచారులు గురువును కడు భక్తి శ్రద్ధలతో సేవించెడివారు. వేకువనే నిద్రలేచుట, స్నానమొనర్చి సంధ్యవార్చుట, గాయత్రి జపించుట, వేదాధ్యయనము చేయుట, శారీరక వ్యాయామము చేయుట,మితాహారము భుజించుట, వినయ విధేయతలను కల్గి యుండుట త్రికరణముగా పవిత్రుడై యుండుట, జీవహింస చేయకుండుట శారీరక సౌఖ్యములను ఆశింపకుండుట, ఒంటరిగా నిద్రించుట, అరిషడ్వర్గములను జయించుట, రుచిగల ఆహారమును, సుగంధద్రవ్యములను, సంగీతము, నాట్యము, జూదము, అసత్యము మరియు సంవాదము అను అవలక్షణములను విడనాడుట మొదలైనవి బ్రహ్మచర్యాశ్రమ ధర్మములు.

బ్రహ్మచర్యాశ్రమము శీలించిన బ్రహ్మచారికి శారీరక, మానసిక శక్తుల అభివృద్ధి కలుగుతుంది. మస్తిష్కమునకు బలము, శరీరమునకు పటుత్వము లభిస్తుంది. జ్ఞాపక శక్తి, ధారణశక్తి,మేధాశక్తి అభివృద్ధి చెందుతుంది. తేజస్సు, ముఖసౌందర్యము, బుద్ధిబలము, ఉత్సాహము ఇనుమడిస్తాయి. పోటీ పరీక్షలలో గెలుపొందగలరు. తనతో చదువుతున్న విద్యార్థినుల పట్ల మాతృభావన, సోదర భావన పెంపొందుతుంది.

దృఢమైన, సమర్థులైన నీతిమంతులైన, క్రమశిక్షణతో కూడిన ఆ యువతను తీర్చిదిద్దుటయనే గురుతర బాధ్యత తల్లిదండ్రుల మీద, విద్యా సంస్థల మీద మరియు ప్రభుత్వంపైనా ఎంతగానో ఉంది. యువతకు బ్రహ్మ చర్యాశ్రమ ధర్మముల పట్ల అవగాహన కల్పించి, పాటించునట్లు చేయగలిగితే యువత ధార్మిక జీవనమును అలవరచుకొని యోగ్యులు మరియు బుద్ధిమంతులు కాగలరు. తద్వారా సమాజము సర్వతో ముఖము కాగలదు. విద్యార్థిదశలోనే జీవనాధారమైన విద్యను సముపార్జించి సద్గుణాలను అలవరచుకుని, సత్ప్రవర్తనను పెంపొందించుకుని అత్యున్నతమైన విద్యార్థిగా నిలవాలి. ఎంత ఎక్కువగా అధ్యయనం చేయగలిగితే అంత ఎక్కువ జ్ఞానసముపార్జన చేయాలి. విశ్లేషణ చేసికొనడం, అవగాహన చేసికొనాలి. అవగతమైన అనుభవాన్ని వివేచనగా మార్చుకోవాలి. పాఠశాలలో, కళాశాలలో ఈ బ్రహ్మచర్యాశ్రమ ధర్మములను తప్పక బోధించునట్లు చర్యలు గైకొనాలి.

మంచి ఎంత చేయగలవో అంత చేయుము.
ఎన్ని విధములు చేయగలవో అన్ని విధములా చేయుము.
ఎన్నిచోట్ల చేయగలవో అన్నిచోట్ల చేయుము.
ఎన్నిసార్లు చేయగలవో అన్నిసార్లు చేయుము.
ఎంతమందికి చేయగలవో అంతమందికి చేయుము.
ఎన్ని మార్గముల ద్వారా చేయగలవో అన్ని మార్గముల ద్వారా చేయుము.
ఎంత కాలము చేయగలవో అంతకాలము చేయుము.

Scanned with Ca

మధుమేహమునకు ఆహార నియమములు

మధుమేహ వ్యాధి నివారణలో అతిముఖ్యమైనది–ఆహార క్రమబద్ధన.

మధుమేహమునకై ప్రత్యేకమైన ఆహారమేమీ లేదు. రోగి ఏ ఆహారమునకు అలవాటుపడెనో, అదే ఆహారమును తీసుకొనవచ్చును.

మధుమేహ రోగి గోధుమ, రాగి తప్ప వరి అన్నమును తీసుకొన రాదను ఒక అభిప్రాయం కలదు. అది తప్పు అభిప్రాయము. అన్ని ఆహార ధాన్యములు వరి, గోధుమ, రాగి, జొన్న, సజ్జలు మొదలగునవన్ని 70 శాతం పిండి పదార్థమును కల్గియున్నవి. అందుచేత ఏ ఆహారమును తీసుకొనుట అన్నది ముఖ్యమైనది కాదు. ఎంత పరిమాణములో తీసుకొనవలెనన్నది ముఖ్యము. కావున వరి అన్నమును మధుమేహ రోగి తీసుకొనవచ్చును. మినుములు, పెసలు మొదలగు పప్పులను వాడి, ప్రోటీనులను తీసుకొనుట ఎక్కువ చేయవలెను.

నార అధికముగా కల్గియుండే ఆహార పదార్థములు, మధుమేహమును నివారించుటలోను మరియు రక్తములో ఉన్న క్రొవ్వు పదార్థమును తగ్గించుటలోను ఉపయోగపడును. అన్ని ఆహార ధాన్యములు, మినుములు, పెసలు, కందులు మొదలగునవి. కాయకూరలు, ఆకుకూరలు, నారను అధికముగా కల్గియుండును.

గుండె జబ్బులను నివారించుటకును, రక్తములో కొలెస్టరాల్ అధికము గాకుండుటకును, క్రొవ్వు పదార్థములు తీసుకొనుట తగ్గించవలెను. అధికముగాక్రొవ్వు కల్గిన పదార్థములను వాడకూడదు.

ప్రత్యేకించి, లావుగావున్నవారు, రోజూ తీసుకొనే, మొత్తం కేలరీలను తగ్గించవలెను. ఆహారము చిన్న చిన్న మొత్తములలో తీసుకొనవలెను. రక్తములో తక్కువ గ్లూకోస్ రాకుండ ఉండుటకును మధ్య మధ్యలో మజ్జిగ,

టమాటో రసం,నిమ్మరసం, పండ్ల రసములను తీసుకొనవలెను.

కాయకూరలు, ఆకుకూరలు బాగుగ తీసుకొనవచ్చును. దుంపకూరలు వాడకూడదు.

రక్తములో గ్లూకోజ్ అదుపులో ఉన్నను ఈ క్రింది పదార్థములను పూర్తిగా మానివేయవలెను.

ఎ). చక్కెర, తేనె, గ్లూకోజ్, బెల్లం, స్వీట్ మొదలగునవి.

బి). ఆల్కహాలు మొదలగు మత్తు పానీయములు.

మధుమేహమును అదుపులో ఉంచుటకు, ఖచ్చితముగా ఆహారము క్రమబద్ధము చేయవలెను.

మంచి ఆహార నియమములను పాటించుట వలన, మధుమేహ రోగి యుద్ధమును జయించినటులనే అని గుర్తుంచుకొనవలెను. మీరు ప్రతిరోజు తీసుకొనవలసిన ఆహారము గురించి డయాబిటీషియన్ సలహా యిచ్చును. మీకు యే రకమైన సమస్యలు, అనుమానములు ఉన్నను, మీరు, డిపార్ట్‌మెంట్ ఆఫ్ న్యూట్రిషన్ & డయాబిటిక్స్‌ను సంప్రదించ వచ్చును. **(డయాబిటిస్ పరిశోధనా కేంద్రము మరియు యమ్.వి.హాస్పిటల్ ఫర్ డయాబిటిస్ 5, మెయిన్ రోడ్, రాయపురం, మద్రాసు - 600013 వారి సౌజన్యంతో)**

కరోనా లాక్‌డౌను వలన పోస్టల్ సర్వీసులు లేనందువలన మే, జూన్ పత్రికలను ఆలస్యంగా పోస్టు చేయవలసి వచ్చినందుకు చింతిస్తున్నాము.

ప్రపంచమే నీ ఇల్లు. ఇతరులకు మేలు చేయుటే నీ మతము

Scanned with Ca

ఆంధ్ర మహా భాగవతము

– ఆచార్య జక్కంపూడి మునిరత్నం (తిరుపతి)

(గత సంచిక తరువాయి)

విరాట్పురుషుడికి జఠరాగ్ని దీపించగానే ఆకలి దప్పికలు ఏర్పడ్డాయి. ముఖంనుండి దవుడలు, నాలుక మొదలైనవి పుట్టాయి. దానిలో నుంచే ఆరు విధాలైన రసాలు జనించాయి. ఆ రసభేదాలన్నీ నాలుకతోనే గ్రహింప బడుతున్నాయి. ముఖం సంభాషించాలని కోరింది. ముఖం నుండి వాక్కు అనే ఇంద్రియం పుట్టింది. దానికి అగ్ని అధిష్ఠాన దేవత. వాగింద్రియం నుండీ అగ్ని నుండీ సంభాషణం పుట్టింది. జగత్తంతా జలవ్యాప్తం కావడం వల్ల అగ్నికి జలం వల్ల నిరోధం కలిగింది. అందువల్ల అగ్నికి జలమే ప్రతిబంధకమయింది. మిక్కిలిగా చలించే మహావాయువు నుండి ఘ్రాణం పుట్టింది. దానికి వాయువు అధిదేవత. ఆ ఘ్రాణేంద్రియం గంధాన్ని గ్రహిస్తుంది. విరాట్పురుషుడు ఆత్మను తనలో చూడ గోరాడు. అప్పుడు తేజస్సు నుండి నేత్రాలు పుట్టాయి. ఇవి రూపాలను గ్రహిస్తాయి. వీటికి దేవత సూర్యుడు. మునుల ప్రార్థన మేరకు విష్ణువు శ్రోత్రేంద్రియాన్ని ఉద్భవింప జేశాడు. దానికి దిక్కులే దేవతలు. సృష్టికర్త అయిన ఆ పురుషుడినుండి చర్మం పుట్టింది. చర్మం నుండి వెంట్రుకలు పుట్టాయి. వాటికి చెట్లు అధిదేవతలు. త్వగింద్రియాన్ని అధిష్ఠించినవాడు వాయువు. అతన్నుంచే హస్తాలు పుట్టాయి. వాటికి ఇంద్రుడు అధిదేవత. ఈశ్వరుడి నుండి పాదాలు పుట్టాయి. వాటికి విష్ణువు అధిదేవత. భగవంతుడి నుండి పురుషాంగమూ, ఉపస్థా పుట్టాయి. వాటికి అధిదేవత–ప్రజాపతి. తరువాత 'పాయువు' లేదా గుదం పుట్టింది. దానికి అధిదేవత మిత్రుడు. ఆపైన బొడ్డు పుట్టింది. అది జీవుడు శరీరం నుంచి వెళ్ళేటప్పుడు ద్వారంగా ఉపకరిస్తుంది. ప్రాణం, అపానం బంధింపబడే స్థానం అదే. ఆ బంధం

విడిపోవడమే మృత్యువు. ఆహార పానీయాదులను ధరించడానికి పేగులు, పొట్ట, నాడీ సమూహ కల్పితాలయ్యాయి. వాటికి నదులూ సముద్రాలూ అధిదేవతలు. వాటివల్ల ఉదరాన్ని భరించే తుష్టి,పుష్టి అనే రసపరిణామాలు కలిగాయి. ఆ విరాట్పురుషుడు తనమాయను ధ్యానించేటప్పుడు హృదయం పుట్టింది. ఆ హృదయం నుండి మనస్సు, చంద్రుడు, కాముడు, సంకల్పమూ పుట్టాయి. ఆ విరాట్పురుషుడి శరీరంలో త్వక్కు, చర్మం, మాంసం, రక్తం, మేధస్సు, మజ్జ, ఎముకలు అనే ఏడు ధాతువులూ, పృథివీ జలతేజోమయాలైన ఏడు ప్రాణాలూ ఏర్పడ్డాయి. ఆకాశ జలవాయువుల నుంచి ఇంద్రియాలు పుట్టాయి. ఇది గుణస్వరూపాలు. అహంకారాన్ని కలిగించే గుణాలూ అన్ని వికారాలకూ ఆకరమైన మనస్సు, విజ్ఞానరూపమైన బుద్ధీ పుట్టాయి. ఇదంతా ఆ సర్వేశ్వరుడి స్థూల శరీరమే. ఆ స్థూల విగ్రహం క్రమంగా పృథివి, జలం, తేజం, వాయువు, గగనం, అహంకారం, మహత్తత్త్వం, అవ్యక్తం అనే ఎనిమిది ఆవరణాలతో వ్యాపించి ఉంది. విరాట్పురుషుడి స్వరూపానికి మొదలుగాని తుదగాని లేవు. ఇది నిత్యమైంది. ఇది మాటలకు, మనస్సుకూ అందేది కాదు. స్థూలమనీ, సూక్ష్మమనీ రెండు రూపాలతో విలసిల్లే ఆ భగవదాకారాన్ని ఆ పరమాత్ముడి మాయా ప్రభావం వల్ల దివ్యతేజోధనులైన మునులు కూడా తెలుసుకోలేక పోతున్నారు. జ్ఞానమయుడైన ఆ శ్రీమన్నారాయణుడు ప్రజాపతులనూ, ఋషులనూ, పితృ దేవతలనూ ప్రీతితో సృష్టిస్తున్నాడు. జీవులు తమ కర్మలను బట్టి విభిన్నరూపాలు ధరిస్తారు. విష్ణువే పోషిస్తాడు. హరుడు అంతర్యామిగా ఉంటూ అంతమొందిస్తాడు. శ్రీహరి నుండి ఆకాశం పుట్టింది.ఆకాశం నుండి వాయువు పుట్టింది. వాయువు నుండి అగ్ని పుట్టింది. అగ్ని నుండి నీరు పుట్టింది. నీటి నుండి భూమిపుట్టింది. భూమి నుండి నానావిధ జీవసంతతి పుట్టింది. ఇంతటికీ మూలమై ప్రకాశించేవాడు ఆ నారాయణుడే. రాజా ! ఆయన నుండి జనించిన ఈ సృష్టికి హేతువేమిటో

దాని స్వరూపమెలాంటిదో ఎంత పరీక్షించినా ఎంతటి మునీశ్వరులైన తెలుసుకోలేరు. ఈ విధంగా ప్రాణులను సృష్టించి రక్షిస్తున్న ఆ శ్రీహరి తనకు కర్తృత్వాన్ని అంగీకరించడు. ఇదంతా తన మాయకే ఆరోపిస్తాడు. బ్రహ్మకు సంబంధించిన ఈ కల్పస్వరూపాన్ని అవాంతర కల్పంతో సహా సంగ్రహంగా చెప్పాను. ఇలాంటి ప్రాకృతాలు, వైకృతాలు అయిన కల్పాల విధానాలూ, వాటి పరిణామాలూ, కాల లక్షణాలూ, కల్పాల లక్షణాలూ, అవాంతర కల్పాలూ, మన్వంతరాలూ మొదలైన వాటి భేదాలూ, విభాగాలూ విపులంగా వివరిస్తాను విను.

శుకమహర్షి పరీక్షిత్తుకు చెప్పిన ఈ విశేషాలన్నింటినీ సూతమహర్షి శౌనకాదులకు చెప్పాడు.

"సూత మహర్షీ ! తీర్థయాత్రకు వెళ్ళిన విదురుడు మైత్రేయ మహర్షి ద్వారా ఆధ్యాత్మిక విషయాలనేకం తెలుసుకున్నాడని విన్నాము. ఆసక్తికరాలైన ఆ విశేషాలన్నిటినీ మాకు తెలియజెయ్యి" అని శౌనకుడు ప్రశ్నించాడు.

"ఇప్పుడు నువ్వు నన్నడిగిన విషయాన్నే పరీక్షిత్తు కూడా శుకమహర్షిని అడిగాడు. శుకుడు అతనికి చెప్పిన వృత్తాంతాన్ని మీకు తెలియజేస్తాను. శ్రద్ధగా వినండి" అని సూతమహర్షి చెప్ప సాగాడు.

సృష్టికర్త బ్రహ్మదేవుడే అయినప్పటికీ ఆయన నిమిత్తమాత్రుడేనని ఆది పురుషుడైన విష్ణువు వల్లనే ప్రపంచ పరిపాలనతోపాటు ప్రాదుర్భావం కూడా జరిగిందని శుకమహర్షి మాటలను బట్టి తెలుస్తుంది. విష్ణు స్వరూపమే గాక విష్ణు మహిమ కూడా ఇక్కడ విదితమౌతుంది. ఈ అంశాలన్నిటినీ దృష్టిలో పెట్టుకొని ఆలోచిస్తే విష్ణు భక్తి అధికమౌతుంది.

ద్వితీయ స్కంధం సంపూర్ణం

మద్దెల చేసే హితబోధ

యేషాం శ్రీ మద్యశోదాసుతపదకమలే నాస్తి భక్తిర్నరాణాం
యేషామాభీరకన్యాప్రియ గుణకథనే నానురక్తా రసజ్ఞా
యేషాం శ్రీ కృష్ణలీలా లలితరసకథా సాదరౌ నైవకర్ణౌ
ధిక్తాన్ధిక్తాన్ధిగేతాన్క థయతి నియతం కీర్తనస్థో మృదంగః.

ఒక ఊళ్ళో ఒక దేవాలయముంది. అక్కడ ప్రతి రోజు రాత్రి 9 గంటల నుండి 10 గంటల వరకు భజన, కాలక్షేపం జరుగుతూంటుంది. దానిలో పాల్గొనేందుకు ఊళ్ళో నుండి చాలమంది భక్తులు వస్తూంటారు. సంకీర్తన గావించటానికై అన్ని వృత్తులవారు అక్కడికి చేరుతూంటారు. కొందరు మహిళామణులు కూడా హాజరౌతుంటారు. భజన చేయటానికై. ప్రతిరోజు భజన కాలక్షేపం చాల రసవత్తరంగా కొనసాగుతూంది. భజనలో పాల్గొనే వాళ్ళు తమ ఇల్లు, వాకిళ్ళు మరచిపోయి, భగవత్పాదారవిందము లందే తమ మనస్సులను లగ్నంచేసే సంకీర్తన చేస్తూంటారు.

ఒకనాడు రాత్రి ఆ గుళ్ళో సంకీర్తన బ్రహ్మాండంగా జరుగుతుండగా ఒకరు తాళాలు, ఒకరు గజ్జెలు, ఒకరు హార్మోనియం, ఒకరు మద్దెల వాయిస్తూండగా, మద్దెల పక్కనే కూచున్న ఒకాయనకు చక్కని ఆలోచన తట్టింది. మద్దెల మ్రోగిస్తూంటే దాంట్లోనుండి "ధిక్ ధిక్" అనే శబ్దం ఆవిర్భవిస్తూంది. ఆ శబ్దం యొక్క అర్థం ఏమిటో తెలుసుకోవాలని అతడికి కుతూహలం పుట్టింది. మద్దెల ఏమి పలుకుతుందో తెలుసుకోవాలనే ఉబలాటం అతనికి కలిగింది. అప్పుడు వెంటనే అతడు తన పక్కనే కూచున్న పండితునితో "స్వామీ ! ఈ మద్దెల "ధిక్ ధిక్" అని పలుకుతూంది. దాని అర్థమేమిటో సెలవిస్తారా?" అని అడిగాడు. అప్పుడా పండితోత్తముడు

ఇట్లా చెప్పాడు -

"ఎవనికి శ్రీకృష్ణ పరమాత్మ యొక్క పాదపద్మముల ఎడల భక్తి ఉండదో, ఎవడు గోపికావల్లభుడైన శ్రీకృష్ణపరమాత్మ యొక్క నామామృతమును గ్రోలడో అనగా ఎవని నాలుక శ్రీకృష్ణుని యొక్క దివ్యనామాన్ని ఉచ్చరింపదో, ఎవని చెవులు భగవంతుడైన శ్రీకృష్ణుని యొక్క దివ్యకథను వినవో అట్టివానికి ధిక్కారమగుగాక!" - అని మద్దెల పలుకుతుంది.

పండితుని ఆ వాక్యాలు వినగానే ఆ భక్తుడు దైవభక్తియొక్క ఔన్నత్యాన్ని గుర్తించి పరమానందపడ్డాడు. పండితుని యొక్క సమయస్ఫూర్తికి, ఆధ్యాత్మిక భావాలకు, పరమార్థానుభూతికి అచ్చెరునొందాడు. దైవభక్తి లేని జీవితం వ్యర్థం. పశువులకు వివేకం లేదు కాబట్టి అవి తమ సృష్టికర్తను గూర్చి తెలుసుకోలేక పోవటంలో అర్థముంది.

కానీ మనుష్యుడికి వివేకం, విజ్ఞానం ఉన్నప్పటికి ఈ జగత్తు యొక్క సృష్టికర్తను గూర్చి, జగన్నాథుని గూర్చి, విశ్వము యొక్క ఏకైక ప్రభువును గూర్చి తెలుసుకొనకపోవటం వారిని ధ్యానింపకుండటం అనుచితమే కాగలదు.కాబట్టి జీవుడా ! మహోన్నతమైన మానవత్వాన్ని బడసి జీవితాన్ని వృథా చేయకు. భగవద్భక్తి, పరోపకారము, దయా దాక్షిణ్యాలు కలిగి జీవితాన్ని సార్థకం చేసుకో. దైవ ప్రార్థన చేస్తూండు. దైవధ్యానం చేస్తూండు. దైవకథలను వింటూండు. దైవ ప్రబోధితమైన ధర్మాన్ని ఆచరిస్తూండు.

వేదాన్తభేరి జీవిత చందా "ఎల్" దారులకు 2020 డిశంబరుతో పత్రిక ఆపివేయబడును.

మన పుణ్యక్షేత్రములు - శివకాంచి

అయోధ్యా- మథురా-ద్వారావతీ-మాయా- కాశీ- అవంతికా- కాంచీ, ఇవి సప్తముక్తిదాయినీ క్షేత్రాలు. వీటిలో కాంచీ క్షేత్రం, హరి-హరాత్మకం. కాంచీలో శివకాంచీ, విష్ణుకాంచీ అనే రెండు భాగాలున్నాయి. "నేత్రద్వయం మహేశస్య కాశీకాంచీపురీద్వయమ్".

మార్గము : దక్షిణ భారత పుణ్యక్షేత్రాలలో కాంచీకి మంచి ప్రసిద్ధి వుంది. మద్రాసు- చెంగల్పట్- తిరుపతి- కాళహస్తి- ఆర్కోణం- తిరువణ్ణామలై మొదలగు ప్రసిద్ధ ప్రాంతాల నుండి బస్సుల ద్వారా కాంచీకి రావచ్చు. మద్రాసు- ధనుస్కోటి మార్గంలో మద్రాసుకు 35 మైళ్ళ దూరంలోని చెంగల్‌పట్ స్టేషన్ నుండి ఆర్కోణం వరకు వెళ్లే దారిలో, చెంగల్‌పట్ నుండి 22 మైళ్ల దూరంలో 'కాంజీవరం' స్టేషనుంది. ఇదే కాంచీపురం.

శివకాంచీ : కాంచీపురంలోనే రెండు వీధులలాగా శివకాంచీ, విష్ణుకాంచీల క్షేత్రాలున్నాయి. శివకాంచీ స్టేషనుకు దగ్గరగా ఉంటుంది. శివకాంచీలో ధర్మశాలలున్నాయి.

సర్వతీర్థ పుష్కరిణి : శివకాంచీలో విశాలమైన పుష్కరిణి ఇది. దీని మధ్య చిన్న ఆలయమొకటుంది. పుష్కరిణి చుట్టూ అనేక దేవాలయాలున్నాయి. వాటిలో కాశీ -విశ్వనాథాలయం ప్రసిద్ధమైనట్టిది.పుష్కరిణి తీరంలో భక్తులు తలనీలాలు సమర్పిస్తారు. యాత్రికులు ఈ పుష్కరిణిలో స్నానం చేసుకుని, ఆలయ దర్శనాలు చేస్తారు.

ఏకాంబరేశ్వరుడు : శివకాంచీలో ప్రధానాలయం ఇది. పుష్కరిణికి దగ్గరిలోనే ఈ ఆలయముంది. చాలా విశాలంగా ఉంటుంది. ఆలయ దక్షిణ ద్వార గోపురం ఎదుట ఒక మండపం ఉంది. దాని స్తంభాలలో

Scanned with Ca

అందమైన విగ్రహాలెన్నో కనబడతాయి. ఆలయం చుట్టూ రెండు పెద్ద
పెద్ద ఆవరణలున్నాయి. తూర్పు ఆవరణలో రెండు కక్ష్యలున్నాయి. మొదటి
దానిలో ప్రధాన గోపురం కనబడుతుంది. అది పది అంతస్తుల ఎత్తు గలిగి
వుంది. ద్వారం ఇరుప్రక్కలా సుబ్రహ్మణ్య- గణపతుల ఆలయాలున్నాయి.
రెండవ కక్ష్యలో శివగంగా పుష్కరిణి వుంది. జ్యేష్ఠంలో మహోత్సవం
జరిగినప్పుడు, ఇందులో ఉత్సవ విగ్రహాలు జలవిహారం చేస్తాయి.
ఈ పుష్కరిణికి దక్షిణంలోని ఒక మండపంలో ఒకశివలింగముంది. ఈ
ఆవరణాన్ని కలిసి, ముఖద్వారముంది.

ప్రధానాలయంలో మూడు ద్వారాలు దాటిన తర్వాత శ్రీ ఏకాంబరేశ్వర
లింగం దర్శనమిస్తుంది. లింగం శ్యామవర్ణంలో వుంది. ఇది వాలుకానిర్మిత
మంటారు. లింగానికి వెనక శ్రీ గౌరీశంకరుల యుగళ విగ్రహముంది.
ఇక్కడ ఏకాంబరేశ్వరుని జలంతో అభిషేకించరు. (అది ఇసుకతో
చేయబడింది కదా). సుగంధ తైలంతో అభిషేకిస్తారు. ప్రతి సోమవారం
స్వామివారి ఊరేగింపు జరుగుతూ వుంటుంది.

ప్రధానాలయానికి రెండు ప్రదక్షిణలున్నాయి. మొదటి ప్రదక్షిణలో శివ భక్తులు, గణపతి, 108 శివలింగాలు, నందీశ్వర చండికేశ్వర లింగాలు, చంద్రకంఠ వేంకటేశ్వర విగ్రహం ఉన్నాయి. రెండవ ప్రదక్షిణలో కాళికాదేవీ, కోటిలింగం, కైలాస మందిరాలున్నాయి. కైలాసమందిరం, చిన్న ఆలయం. అందులో శివపార్వతుల బంగారు కామాక్షీదేవి ఉంది. తన ఇద్దరు సతులతో సుబ్రహ్మణస్వామి కూడా వేరొక ఆలయంలో ఉన్నాడు.

ఏకాంబరేశ్వర ఆలయ ప్రాంగణంలో, ఎంతో పురాతనమైన మామిడి చెట్టు ఒకటుంది. భక్తులు ఈ చెట్టుకు ప్రదక్షిణ చేస్తారు. చెట్టు క్రింద చిన్న గుడిలో కామాక్షీ పార్వతీదేవి తపస్సు చేస్తూ ఉంటుంది.

కథ : పూర్వం ఒకమారు పార్వతీదేవి మహాంధకారాన్ని సృష్టించి, త్రిలోకాలను త్రస్తం చేసింది. అందుకు శివుడు కోపించి, ఆమెను శపించాడు. ఆమె

ఈ ఆమ్రవృక్షం క్రింద తపస్సు చేసి, శాపముక్తురాలైంది. శివుడు మరలామెను స్వీకరించాడు. ఆమె వాలుక (ఇసుక)తో శివలింగాల్ని నిర్మించి, అర్పించింది. ఆ వాలుకాలింగమే ఏకాంబరేశ్వర శివలింగం.

రెండవ ప్రదక్షిణ మార్గంలో గోపురం వద్ద నటరాజ విగ్రహం, నందీ విగ్రహం ఉన్నాయి. ఇవి సువర్ణమయం. నవగ్రహాలు –ఇతర దేవతా విగ్రహాలు కూడా ఈ ప్రదక్షిణ స్థలంలో కనబడతాయి.

కంచి కామాక్షీ : ఏకాంబరేశ్వర ఆలయానికి రెండు పర్లాంగుల దూరంలో కామాక్షీదేవి ఆలయముంది. ఇది దక్షిణ భారతంలో సర్వప్రధానశక్తి పీఠం. ఆద్యాశక్తి భగవతి త్రిపురసుందరియొక్క ప్రతిరూపమే కామాక్షీదేవి. ఈ దేవిని 'కామకోటి' అని కూడా పిలుస్తుంటారు.

కామాక్షీ ఆలయం కూడా విశాలమైనది. ప్రధానాలయంలో కామాక్షీదేవి అందమైన విగ్రహముంది. అన్నపూర్ణాదేవి ఆలయం, శారదాలయం కూడా ఇక్కడ వున్నాయి. శ్రీ శంకరాచార్యుని విగ్రహం, కామకోటి యంత్రంలో ఆద్యాలక్ష్మీ–విద్యాలక్ష్మీ – సంతానలక్ష్మీ – సౌభాగ్యలక్ష్మీ – ధనలక్ష్మీ – వీర్యలక్ష్మీ – విజయలక్ష్మీల న్యాసం కూడా ఈ ఆలయంలో దర్శనమిస్తాయి.

వామన – సుబ్రహ్మణ్య ఆలయాలు : కామాక్షీ ఆలయానికి దక్షిణ పూర్వంలో వామన ఆలయం ఉంది. ఇందులో త్రివిక్రమ వామనుని విరాట్ విగ్రహముంది. దాదాపు పది చేతుల ఎత్తు ఉంటుంది. వామన ఆలయానికి ఎదుట కొద్ది దూరంలో సుబ్రహ్మణ్యస్వామి ఆలయముంది.

శివకాంచీలో ఇంకా చాలా ఆలయాలున్నాయి. దాదాపు 108 శివాలయాలున్నాయంటారు. " అయోధ్యా మధురా మాయా కాశీకాంచీ అవంతికా । పురీద్వారవతీ చైవ సప్తైతే మోక్షదాయకాః "అన్నట్లు కంచి దర్శనం మోక్షదాయికం. అంచేత తప్పక దర్శిద్దాము.

Scanned with Ca

శుభకార్యములను తక్షణమే చేయవలెను

- శ్రీ విద్యాప్రకాశానందగిరి స్వాములవారు

అది మహాభారత సమయము.పాండవ కౌరవ యుద్ధము పరిసమాప్త మైనది. ధర్మరాజు ప్రశాంతముగ రాజ్యపరిపాలనము చేయుచుండెను. ప్రజలు ఆనందముగ తమ తమ జీవితములను గడుపుచుండిరి. అత్తఱి ఒకనాడు ఒక బీదవాడు ధర్మరాజు వద్దకు వచ్చి ఈ ప్రకారముగ మొరపెట్టు కొనెను.

"మహారాజా ! నేనొక బీదకుటుంబీకుడను. కష్టపడి సంపాదించి కుటుంబమును పోషించుచున్నాను. కానీ ఇటీవల పెద్ద తుపాను గాలి వీచి కుంభవర్షము కురిసినపుడు నా తాటియాకుల గుడిసె కూలిపోయినది ఇంటి దూలము విరిగి క్రిందపడిపోయినది. ఇల్లు, వాకిలి లేక మేము పడిగాపులు పడుచున్నాము. మాకు నిలువ నీడ లేకున్నది. మహాప్రభో! దయ చూపుడు. మాకు మఱల గుడిసె కట్టుకొనుటకై ఒకింత ఆర్థికసహాయము చేయుడు."

బీదవాని మొర ఆలకించిన ధర్మరాజునకు హృదయము కరిగిపోయెను. ఆ బీదవాని యెడల ఆతనికి కరుణ జనించి 'నాయనా ! రేపు కనిపించుము. నీకు అవసరమైన ధనమును ఒసంగెదను'- అని బీదవానితో చెప్పెను.

ధర్మరాజు యొక్క అభయ ప్రధాన వాక్యములను విని బీదవాడు సంతుష్టాంతరంగుడై వెడలిపోయెను.

ధర్మరాజు 'రేపు రమ్ము!' అని బీదవానితో చెప్పిన వాక్యమును ప్రక్కనే వున్న భీమసేనుడు విని ఆశ్చర్యచకితుడై, తనలో తానిట్లు వితర్కించుకొనెను -

'అన్నగారు బీదవానికి వెంటనే సహాయము చేసి సహాయము చేసి పంపక ధర్మకార్యమును వాయిదా వేసినారే ! మఱుసటి రోజున రమ్మని సెలవిచ్చి నారే! ఇట్లు చేయుట తగునా? ధర్మకార్యములు, దైవకార్యములు, శుభకార్యములు వెంటనే చేయవలెను గాని ఏ మాత్రము ఆలస్యము చేయగూడదని పెద్దలు చెప్పుదురు. రేపటి పరిస్థితి ఎట్లుండునో?

కాబట్టి అనుకొనిన తత్క్షణమే ధర్మకార్యములను చేసి వేయవలెను. ఈ విషయమును అన్నగారికి తెలియజేయుట మంచిదికదా అని ఇట్లు నిశ్చయించుకొని భీముడు వెంటనే అంతః పురమునకు పరుగెత్తిపోయెను. అచట ఒక జయభేరి కలదు. దానిని ఎల్లప్పుడు మ్రోగించరు. తాముగాని, తమ వంశీయులుగాని ఎవరైన యుద్ధములో గెలిచినపుడు మాత్రమే ఆ జయభేరిని మ్రోగించెదరు. భీముడు అంతఃపురమున ప్రవేశించి ఆ జయభేరిని గబగబ మ్రోగించివైచెను.

జయభేరి యొక్క బ్రహ్మాండమైన శబ్దమును విని ధర్మరాజు చకితుడై, ఆశ్చర్యపరిపూరిత హృదయుడై 'ఈ శబ్దమునకు కారణమేమి? జయభేరిని ఎవరు మ్రోగించిరి? ఇపుడెవరును యుద్ధము చేయలేదు కదా? ఎవరును యుద్ధములో గెలవలేదుకదా? మఱి ఈ భేరిధ్వనికి కారణమేమి?- అని యోచించి ఒక దూతను అంతఃపురమునకు పంపి పరిస్థితి ఏమియో బాగుగ తెలిసికొని రమ్మని కబురుచేసెను.

ఆ దూత అట్లే అంతఃపురమునకు పోగా అచట భీమసేనుడు జయభేరిని మ్రోగించి తిరిగివచ్చుచుండుటను గాంచెను. తత్క్షణమే ఆ

Scanned with Ca

దూత భీమసేనుని ద్వారా జరిగిన ఉదంతమునంతను తెలిసికొని ధర్మరాజు వద్దకు రివ్వున పయనమయ్యెను.

అతడు ధర్మరాజును సమీపించి "మహారాజా! జయభేరిని మ్రోగించినది మీ సోదరుడైన భీమసేనుడు" అని చెప్పగా, వెంటనే యుధిష్ఠిరుడు భీముని పిలిపించి "సోదరా! జయభేరిని మ్రోగించినావే! ఎవరు జయించినారు? యుద్ధమెచట జరిగినది?" అని ప్రశ్నింప భీముడిట్లు వచించెను-

"అన్నగారూ! మీరు కాలమును జయించినారు. రేపటివఱకు జీవించియుందురని పూర్ణవిశ్వాసము మీకు వున్నది. రేపటి పరిస్థితి ఎట్లుండునో? బుడగవంటి ఈ శరీరము ఉండునో, ఊడునో అని మాకు సంశయము కలదు. మీకట్టిది లేదు. బీదవానిని రేపు రమ్మని చెప్పిరి. ధర్మకార్యమును వాయిదా వేసిరి."

సోదరుని ఆ హేతుపూర్వక వచనములను విని ధర్మరాజు సంతృప్తుడై అతడు చెప్పినది పరమ సత్యమని, ధర్మ కార్యమును వెనువెంటనే చేయవలెను గాని, వాయిదా వేయరాదని, జీవితము క్షణికమని నిశ్చయించి బీదవానిని తక్షణమే కబురంపి పిలిపించి తగిన ధనసహాయము చేసి పంపెను.

నీతి : ధర్మకార్యములు, దైవకార్యములు, శుభకార్యములు వెంటనే చేయవలెను గాని వాయిదా వేయరాదు. జీవితము క్షణికము, కాబట్టి దైవప్రాప్తికి వలయు సాధనాభ్యాసములను కూడా వెంటనే ప్రారంభించి పూర్తి చేయవలెను.

గృహ వైద్యము : రాత్రి పూట రెండు బెండకాయలను ముక్కలుగా తరిగి ఒక గ్లాసు నీటిలో నానబెట్టి ఉదయం ఆముక్కలను తిని ఆ నీరు త్రాగాలి. ఇలా 40 రోజులు చేస్తే మోకాళ్ళ నొప్పులు పోతవి.

మాధవ మందిరము !

- శ్రీ సర్వేశ్వరానందగిరి స్వాములవారు (తపోవనం- చిత్తూరు)

మానవదేహమే మాధవ మందిరమని యెఱుంగక, ఆధ్యాత్మిక సాధకులలో చాల మంది తమ దేహము కేవలమొక యుపాధి మాత్రమేననియు, అందుచే నద్దానిని నిరాదరించిన నెట్టి హాని ప్రమాదములు లేవనియు నెంచి భ్రమకు లోనై వర్తించుచుందురు. ఈ ఉత్తమమైన మానవ శరీర రూప ఉపాధి, యెందునిమిత్త మేతెంచెనో వివేకముతో విచారించక కొందరిద్దానిని నిస్సారముగను, మట్టిముద్దవంటిదగను నెంచి గుప్తముగ దానియుంచ తలంచువారును కలరు. ఈ ద్వివిధములైన భావములును మహాదోష యుక్తములే గాన నందుచే యథార్థముగ పతనమగునది మనమే గదా! అందువలన గలుగు పాపఫలము మనమవశ్యమనుభవించవలసి యుండునని గుర్తించి వర్తించువారు ధన్యులు.

దేహాభిమానము పెను పాశమనియు, అయ్యది మనలనధోగతిపాలు జేయును గాన దాని ననేక నియమ నిష్ఠలతో బంధించి వశపరచుకొనిన నద్దానిచే మనకెట్టి ఉపద్రవము గలుగదని కొందరు సాధకులు, మఱియు భక్తులు తలంతురు గాని అయ్యది సరియైన సన్మార్గము కాదు. నిష్కల్మషము, నిరామయమునునైన దేహమును నిష్కారణముగ హింసించువారు హంతకుల క్రింద నెన్నబడుటలో నెవ్విధమైన పొరపాటును లేదనవచ్చును.

మన దేహముపై మనకు సర్వాధికారము లేదా? అటుల ప్రశ్నించుటే పెద్ద అపరాధము. ఏలయన, వివేకముతో విచారించి చూచిన యథార్థముగ నది మన స్వంత ఆస్తి కానేకాదు. దానిపై మనకెవ్విధమైన ప్రత్యేక హక్కులుగాని, అధికారములుగాని లేవు. పంచభూతములైన ఆకాశము, వాయువు, అగ్ని, జలము, పృథివి కలసి మిళితమై నిర్మాణమొనరించిన విచిత్ర విగ్రహమీ మానవదేహము. అట్టి యీ దివ్యదేహము పుట్టినదాది గిట్టువరకు విశ్వవ్యాపకుడైన విశ్వేశ్వరుడు ముఖ్యప్రాణ రూపమున పరిఢవిల్లుచున్నాడు. ఈ విధముగ మన దేహమునకు యావద్విశ్వము, మఱియు విశ్వేశ్వరుడు-

Scanned with Ca

ఈ ఇరువురును అభిమాన పూర్వకముగ అండయై ఆదుకొని యున్నారు.

పంచభూతములు, పంచప్రాణములు, జ్ఞానేంద్రియపంచకము, కర్మేంద్రియపంచకము, మనోబుద్ధి చిత్తాహంకారములు - ఇవన్నియు నిచ్చట,ఈ మనశరీరమున శతవర్షములు వసించ నెంచుకొని, వాసస్థానముగ నొనరించుకొని విరాజిల్లుటేగాక, అంత్యమున అనంతమైన అమృతత్త్వమును ఆస్వాదించు పుష్పక విమాన మిదియేననుటలో నెవ్విధమైన సందియమును బొందవలసిన పనిలేదు.

"శరీరమాద్యం ఖలు ధర్మసాధనమ్"

సకల ధర్మసాధనములకు సత్యాధారమై, దివ్య సంధానముగ విలసిల్లు ఇట్టి పవిత్ర దేహమును అశ్రద్ధతో అనాదరించుచు, దానికింత కూడు,గుడ్డ పడవేసి, వెట్టి తలలు వేసిన వైరాగ్యము నడ్డుపెట్టుకొని అలక్ష్యమొనరించుచో నది పొందు అపార దుఃఖ దౌర్మనస్యములకు ప్రతిఫలము తప్పక మనమనుభవించవలసి యుండును. అనారోగ్యముతో నల్లాడుచు వైద్యుని కడకు బోయి ఔషధమును సేవించి స్వస్థత నొందినంతమాత్రముచే నది సంతృప్తి చెందజాలదు. మనలను సంసార కారాగారమున బంధించి జీవితమును దుఃఖదోదూయమానముగ నొనరించుటకై ఈ శరీరము మన దరి జేరలేదనియు, మనము తరించుటకై యొనరించు ఉత్తమ ఉదాత్తపథములో నద్దానిని గూడ నడిపించి తరింపజేయవలసిన గురుతర బాధ్యత మనపై గలదనెడి నగ్నసత్యమును గుర్తించి వర్తించువారు ధన్యులు!

ఏకాంతమున నిర్మల మనస్కులై, ప్రశాంతముగ పరికించి, మన దేహములోని ప్రతి అణువు తనను తమోరూప బంధమునుండి తప్పించి, మనతోబాటు ఆనందధామమును జేర్చుమని దీనతతో వేడుకొను ఆక్రందనలను ఆలకించి న్యాయ మొనగూర్చుటలోనే మన సత్యసార్థకత విలసిల్లగలదు.

ఏ ఆరని జ్యోతి అనవరతము మన అందఱి తనువుల నాధార

మొనరించుకొని అఖండముగ లోపలా,వెలుపలా, అంతటా వెలుగొందు చున్నదో, ఆ సచ్చిదానంద పరమాత్మయే తమసావృతమై ప్రస్తుత దేహ రూపమున విలసిల్లియున్నదనెడి సత్యమును గ్రహించి అద్దానికి పట్టిన అజ్ఞానపిశాచమును విజ్ఞానముతో వినాశమొనరించి, ఆత్మతేజస్సును, ఆత్మసౌందర్యమును, ఆత్మానందమును, నద్దానికందజేసినచో మనతో బాటది గూడ యేకమై, సత్యమై, శివమై సుందరమై రాజిల్లగలదు. అప్పుడే మన తనువు మాధవుని మందిరమై మనగలిగెడి మహాభాగ్యము లభింప గలదు.

తనువు తరించుటెట్లు? శరీరమును బానిసగగాని, లేక నౌకరుగా గాని నెంచక, మనతోబాటు పయనించు తోడియాత్రికునిగను మఱియు మన కష్టసుఖములలో సమానముగ పాలుపంచుకొను సహధర్మచారియగు సఖునిగను భావించి, సమాన గౌరవ మర్యాదల నందించు,మనతో బాటేకకాలమున పరమాత్మలో విలీనమై విరాజిల్లునట్లు అన్ని విధముల సహాయ సహకారము లొనరించుచో, తనువు తన తమో రూపమును త్యజించి, ఆత్మయొక్క అస్తిత్వములో, ఆత్మజ్యోతిలో, ఆత్మ సౌందర్యములో లీనమై, మాధవుని మనోహర మధుర మంజుల మందిరముగ విరాజిల్లగలదు. ఏనాడో సృష్టి యారంభమున విడిపోయి, రెండుగానై, అనంత దుఃఖ దౌర్మనస్యముల పాలైనదే మఱల ఇప్పుడు ఏకమై, అద్వితీయ అనంత, అఖండజ్యోతిర్మయముగ అపరిమిత ప్రకాశమానముగ, మాధవుని దివ్యమందిరమై వెలుగొందుగాక!

దేహోదేవాలయః ప్రోక్తో జీవో దేవస్సనాతనః ।

త్యజే దజ్ఞాననిర్మాల్యం సో ఽహంభావేన పూజయేత్ ॥

మన తనువు మాధవుని మందిరముగను, అందు వసించువాడు సాక్షాత్తు వాసుదేవునిగను నెంచి, మనస్సును ఆవరించిన అజ్ఞాన మాలిన్యమును మాపుకొని, "సో ఽహం " ఆ పరమాత్మయే తానని, నిరంతరము మనన నిధిధ్యాసలొనరించువారు ధన్యులు.

వార్తలు

(01). 3-05-2020 తేది ఆదివారం నాడు వైశాఖ శుద్ధ ఏకాదశి సందర్భంగా, 18-05-2020 సోమవారం ఏకాదశి సందర్భంగా ఆశ్రమంలో 18 అధ్యాయాల గీతాపారాయణ జరిగినది. 7-5-2020 తేది వైశాఖ శుద్ధ పౌర్ణమినాడు గురుపాదుకలకు పూజ చేయబడి ప్రసాదవితరణ చేయబడినది.

(02). **21-05-2020** తేది మాసశివరాత్రి సందర్భంగా ఆశ్రమ శివాలయంలో ప్రదోషకాలంలో శివలింగానికి అభిషేకం, బిల్వార్చన చేయబడినది.

(03). కరోనా వలన ఆశ్రమ కంటి ఆసుపత్రి తాత్కాలికంగా మూసివేయబడినది. లాక్‌డౌన్ తొలగిస్తే కంటి ఆసుపత్రి 5-06-2020 తేది నుండి పనిచేయనుంది.

(4). 5-07-2020 తేది ఆషాడశుద్ధ పూర్ణిమ నుండి శ్రీశుకబ్రహ్మాశ్రమంలో చాతుర్మాస్య వ్రతం ప్రారంభం కానున్నది. ఆశ్రమ పీఠ ఉత్తరాధికారి పూజ్యశ్రీ సంపూర్ణానందగిరి స్వాములవారు ఈ చాతుర్మాస్య వ్రతంలో మొదటి రెండు నెలలు ఇచటనే వుండి వ్రతాన్ని నడుపుతారు. కార్యక్రమ వివరాలు మరల తెలుపబడును.

(05). జూలై 1వ తేది ఆషాడ శుద్ధ ఏకాదశినాడు శ్రీ సద్గురు మహర్షి మలయాళ స్వాములవారి ఆరాధనోత్సవము శ్రీ శుకబ్రహ్మాశ్రమంలో జరుప బడును.

(06). 5-6-2020 తేది శుక్రవారం పూర్ణిమనాడు గురుదేవుల అధిష్ఠాన మందిరంలో గురుపాదుకలకు అభిషేకం, అర్చన చేయబడును.

(07). ఆశ్రమ కంటి ఆసుపత్రి కరోనా వలన శ్రీకాళహస్తి లాక్‌డౌన్ కాబట్టి మే నెలలో పని చేయలేదు.

ఇంద్రియజయం అత్యావశ్యకం

జీవుడు స్వతంత్రుడేకాని పరతంత్రుడు కాదు. యజమానియే కాని బానిస కాదు. ఎవడు తన ఇంద్రియములను, మనస్సును జయించుకొనునో అతడు సార్వభౌముడై జగత్తునకు ఏకచ్ఛత్రాధిపతియై విలసిల్లును. మఱియు ఆ జయింపబడిన ఇంద్రియములు తన ఇంద్రియములను, మనస్సును జయించక వానికి లోబడిపోవునో అత్తఱి ఇంద్రియములు తనకు శత్రువులుగా వ్యవహరించును. కావున ప్రతివానికి మిత్రుడు తనలోనే కలడు. శత్రువుతనలోనే కలదు. ఇక్కారణమున ఇంద్రియజయము అత్యావశ్యకమై యున్నది.

– శ్రీవిద్యాప్రకాశానందగిరి స్వాములవారు

Scanned with Ca

Regd.No. TRP / 123 / 2018 - 20 June 2020 Rs.10/- R.No.8139/63
Date of Publication 26-05-2020, Permitted to post : 29th, 30th every month.

ఆశ్రమ శివాలయంలో అర్చించబడిన శివుడు

ఈ పేజీ స్థల దాతలు

సుభద్రా చారిటబుల్ ట్రస్టు

హైదరాబాద్, తెలంగాణ రాష్ట్రం

Scanned with Ca